

ACTUALIZACIÓN SOBRE DDD PARA MIEMBROS

DIVISIÓN DE DISCAPACIDADES DEL DESARROLLO (DIVISION OF DEVELOPMENTAL DISABILITIES)

VERANO 2017

Atención Preventiva



Atención preventiva le ayuda a mantenerse saludable. Muchos servicios preventivos son gratis con su seguro de salud. Servicios que incluyen ayuda para prevenir un problema de salud:

- Proyección
- Educación
- Inmunización

Comprobar su presión arterial, azúcar en la sangre o colesterol. Presión arterial alta, niveles altos de glicemia y colesterol alto pueden causar problemas. Proyección permite a su médico tratar altos niveles temprano. El tratamiento temprano previene la enfermedad. Obtenga estos al menos una vez al año o con más frecuencia por las órdenes del médico. También hay pruebas para detectar cáncer. Aquí hay algunos:

- Mamografía, cáncer de mama
- Colonoscopia – cáncer de colon
- Prueba de Papanicolaou, cáncer de cuello uterino

Educación es un *consejo* de su médico. Asesoramiento puede ayudarle a dejar de fumar, mejorar su dieta o perder peso. Su médico puede darle consejos para reducir la tensión y hacer más ejercicio. Asesoramiento puede incluir preguntas para ver si usted tiene síntomas de depresión. Recibiendo consejos de su médico previene problemas en el futuro.

Las inmunizaciones o vacunas previenen la enfermedad. Algunas vacunas reducen las probabilidades de enfermarse. Otras vacunas previenen ciertas enfermedades. Vacunas contra la gripe bajan la probabilidad de contraer la gripe. Vacuna de neumonía reduce su probabilidad de contraer neumonía. La vacuna contra la polio previene la poliomielitis. Consulte con su médico para mantener todas las vacunas al día.

Los centros para el Control y Prevención de Enfermedades (CDC) tienen listas de control de prevención. Estas listas incluyen análisis, detección del cáncer, vacunas y visitas de salud. Usted puede encontrar estas listas en: <https://www.cdc.gov/prevention/index.html>

¡Consulte a su médico para el cuidado preventivo pronto!



¿No Puede Encontrar Algo en Nuestro Sitio Web?

Llame a DDD al
1-844-770-9500 para ayuda.



DEPARTMENT OF ECONOMIC SECURITY

Your Partner For A Stronger Arizona

Diez Consejos Para el Regreso a la Escuela

Después de todos los cambios de verano, llegará el día cuando los útiles serán comprados, mochilas serán embaladas y los niños regresen a la escuela. Aunque algunos de nosotros empezemos a cantar *Es la Más Maravillosa Época del Año*, los niños pueden estar preocupados por el inicio de un nuevo año escolar y los cambios que van junto con él. Aquí hay algunas ideas para ayudar a facilitar los nervios por el regreso a clase:

1. Explicar

A menudo los padres saben qué esperar y nos olvidamos de que nuestros hijos no tienen esa experiencia. Simplemente hablando de lo que está sucediendo y cuando puede ayudar a disminuir los temores.

2. Cuenta regresiva

La idea del tiempo es difícil de entender para algunos niños. Proporcionar una imagen o un ejemplo concreto de cuánto tiempo pasará hasta que el primer día de escuela llegue. Ideas incluyen un documento cadena que rompe un enlace cada día o un calendario que marca los días.

3. Paseo

Visite la escuela, incluso si es solamente una unidad por día y otra después. Decir algo positivo sobre el edificio o un pensamiento positivo acerca de algo que sucedió en el edificio. Esto ayuda a crear buenos recuerdos de la escuela y puede ayudar a reducir los nervios.

4. Historias sociales

Desarrolle una historia social que describe a su hijo usando sus fuerzas para volver con éxito a la escuela u otros tiempos estresantes que los tienen preocupado.

5. Nueva rutina

Averigüe acerca de la próxima programación de su hijo, y trate de hablar de ello durante todo el día. Por ejemplo, "Oh, son las 9:30.

Cuando empieces a ir a la escuela, ese será el momento que empezará Idioma." En la semana o a las dos semanas antes de que empiece la escuela, empiece a practicar su rutina de sueño para ayudar a su hijo a acostumbrarse al horario del año escolar.

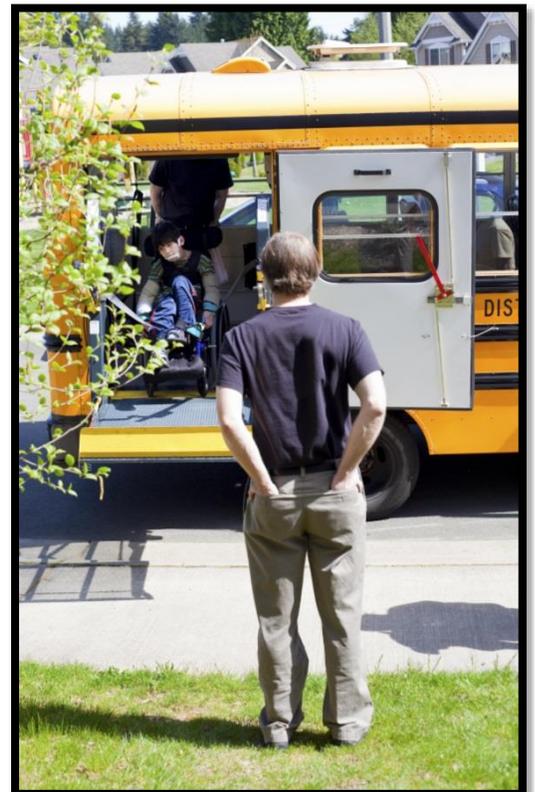
6. Conocer a el profesor

Si están disponibles, visite la escuela para conocer a el profesor en la Noche del Profesor. Otra opción es ponerse en contacto con el profesor para ver si se puede planificar una visita corta. Tomar fotos de lugares y cosas importantes y repasar con su hijo y utilizarlas en el ámbito social.

7. ¡Introducción!

Considere poner juntos una página de introducción para el profesor. Incluya una foto de su hijo y viñeta las cosas que son más importantes para el profesor saber acerca de ellos.

Continúa en la página siguiente...



8. Darle el espacio

Elija un área de trabajo para su niño en casa. ¿Dónde quieres poner las mochilas? ¿Dónde van a hacer la tarea? Si su hijo necesita supervisión y asistencia, considere alguna parte como el comedor principal.

9. ¿Nuevo atuendo?

La tradición de su primer día de escuela con ropa y calzado nuevo puede ser adecuada para su hijo. Ropa nueva puede crear emoción por llevar ese traje cuidadosamente seleccionado. Sin embargo, algunos niños son muy sensibles a la textura de la ropa nueva y las etiquetas rígidas que no han tenido el beneficio de varios lavados para ablandarse.

10. Revise su hijo individualizado Plan de Educación (IEP)

Identificar los cambios desde la última vez que miró y determinar si esos cambios son cosas que requeriría una reunión de IEP para discutir. Recuerde, los padres pueden solicitar una reunión de IEP en cualquier momento. Siempre es una buena idea hacerlo por escrito (correo electrónico cuentas).

Maureen Mills
Communications Coordinator
Raising Special Kids
maureenm@raisingspecialkids.org

Centro de Servicio al Cliente de DDD - Obtención de acceso a la atención

Si usted está en necesidad de nuevos servicios o tiene problemas para acceder a los servicios identificados en el documento de planeación, póngase en contacto con su Coordinador de Apoyo.

Si usted ha trabajado con su Coordinador de Apoyo y aún está teniendo problemas con:

- Encontrar un proveedor
- Obtención de un servicio
- Obtención de un servicio cuando su plan dice que lo obtendrá
- Pautas en el servicio

Estos problemas podrían significar que usted está teniendo problemas para acceder a la atención que necesita. Centro de Servicio al Cliente de DDD está aquí para ayudarle!

Nos puede contactar en

DDDCustomerServiceCenter@azdes.gov



Otras veces cuales puede llame al Centro de Servicio al Cliente (CSC)

El CSC está disponible para apoyar a los miembros, las familias y la comunidad. Póngase en contacto con el CSC si:

- Tiene preguntas acerca de la División, incluyendo la elegibilidad. Si usted tiene un coordinador de apoyo, siempre puede empezar con ellos.
- Tiene comentarios o quejas acerca de la División.
- Quisiera ideas acerca de los recursos de la comunidad.
- ¿Desea ayuda a entender sus beneficios.
- Tiene un grupo o agencia que esté buscando una presentación o una tabla de información acerca de la División.

Servicios de Salud para el Comportamiento/ Mental

Servicios de salud para el comportamiento/mental ayuda a la gente con su estado de ánimo, comportamiento y relaciones con los demás.

Servicios de salud para el comportamiento pueden ayudarle a usted o a un miembro de su familia si usted nota cambios tales como:

- Sentirse triste todo el tiempo
- Estar preocupado o ansioso por muchas cosas
- Enojarse fácilmente
- No querer salir de casa
- No está interesado en actividades placenteras
- Dificultad para prestar atención o sentarse quieto
- Dificultad para hacer amigos o relacionarse con otros
- Dificultad para ir a la escuela o al trabajo

Hay muchos servicios que podrían ayudarle. El primer paso es ser evaluado para que un profesional de la salud de comportamiento le pueda ayudar a encontrar los servicios adecuados. Los servicios de salud para el comportamiento o mental pueden incluir terapia individual, terapia de grupo, asesoramiento familiar, entrenamiento de comportamiento, servicios analíticos del comportamiento aplicado o manejo de medicamentos.

Los miembros de Indios Americanos pueden optar a recibir los servicios de salud para el comportamiento o mental en el ámbito regional Behavioral Health Authority (RHBA) en su área, las tribus regionales Behavioral Health Authority (TRBHA), indios o servicios de salud a través de una tribu-perteneciente o Programa de Salud gestionado 638.

Su tarjeta de identificación tiene un número de teléfono para acceder a los servicios de salud para el comportamiento/ mental. Puede consultar usted o un miembro de la familia para una evaluación.



¿Interesado en los servicios de salud del comportamiento?

Maricopa County:

Mercy Maricopa Integrated Care (MMIC)
1-800-564-5465

www.mercymaricopa.org

Pinal, Gila, Yuma, LaPaz, Pima, Cochise, Santa Cruz, Greenlee and Southern Graham Counties:

Cenpatico Integrated Care
1-866-495-6738

www.cenpaticoaz.com

Mohave, Yavapai, Navajo, Apache, Coconino, Gila, and Northern Graham Counties:

Health Choice Integrated Care (HCIC)
1-800-640-2123

www.healthchoiceintegratedcare.com

CRS Patients – Fully and partially integrated behavioral health

United Healthcare Community Plan (UHCCP)
CRS

1-800-348-4058

www.uhcccommunityplan.com

¿En crisis? Consulte la página siguiente para obtener información sobre la crisis.

¿Crisis de Salud para el Comportamiento/Mental?

Si usted tiene una emergencia, es importante que usted obtenga ayuda enseguida. Si usted piensa que usted podría lastimarse así mismo, o alguien, llame al 911 o al número de crisis, el número de teléfono correspondiente a su área de abajo.

Maricopa County: Mercy Maricopa Integrated Care (MMIC)

602-222-9444

1-800-631-1314

TDD/TTY: 1-800-327-9254

Pinal, Gila, Yuma, LaPaz, Pima, Cochise, Santa Cruz, Greenlee and Southern Graham Counties: Cenpatico Integrated Care

1-866-495-6735

TDD/TTY: 1-877-613-2076

Mohave, Yavapai, Navajo, Apache, Coconino, Gila, and Northern Graham Counties: Health Choice Integrated Care (HCIC)

1-877-756-4090

TDD/TTY: 1-800-842-4681

CRS Patients – Fully or Partially Integrated BH

602-222-9444

1-800-631-1314

TDD/TTY: 1-800-327-9254

Los números indicados anteriormente son sólo para una situación de crisis. Para la admisión o información general, consulte la página anterior para obtener la información de contacto.

For more information about Behavioral Health Services go to www.healthearizonaplus.gov or speak with your Support Coordinator.

Denunciando Fraude SI USTED SOSPECHA, ¡REPORTELO!

El fraude es un engaño intencional o tergiversación hecha por una persona con el conocimiento que el engaño podría resultar en algún beneficio no autorizado para uno mismo o alguna otra persona (42 C.F.R. sección 455.2).

**Denuncie fraude a la División de Discapacidades del Desarrollo a:
Línea Directa de Fraude de DES/DDD @ 1-877-822-5799**

MRSA

MRSA es una bacteria que se resiste a ciertos tipos de antibióticos. Es contagioso. Es difícil de tratar. MRSA puede causar serios problemas de salud. Los individuos sanos son de bajo riesgo para infectarse de acuerdo con los Centros para el Control y Prevención de Enfermedades (CDC). Las personas en riesgo de sufrir una infección de MRSA son aquellas:

- Quienes están en contacto con heridas infectadas o fluidos corporales con MRSA
- Quienes tienen mala salud o muchas cuestiones sobre la salud
- Quienes han estado en el hospital o en otros servicios de atención de salud
- Que asisten a programas de día u otros entornos comunitarios
- Que comparten objetos personales o equipo utilizado por alguien con una infección de MRSA

Prevenir una infección de MRSA:

- Practique una buena higiene de lavarse las manos (agua tibia y jabón por 15 segundos)
- Use guantes al cuidar a alguien con MRSA
- No compartir artículos personales (navajas, cortaúñas, toallas, jabón de barra)
- Secar las toallas y ropa de cama en el ajuste más alto de la secadora
- Desinfectar las superficies y equipos compartidos - Dejar secar al aire
- Utilice un desinfectante que mata MRSA

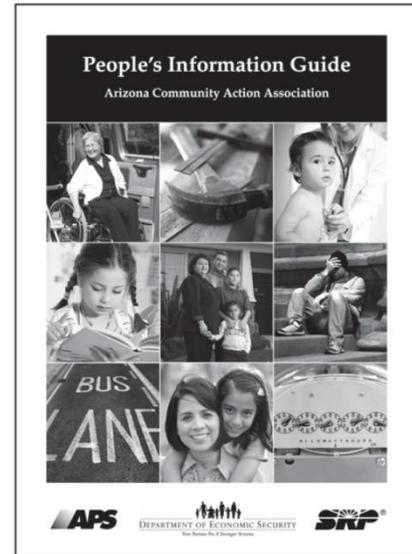
¿Puede saber si usted o alguien tiene MRSA? Sólo un médico puede diagnosticar una infección de MRSA. La muestra de tejido o fluido corporal es enviado al laboratorio. Los signos y síntomas de la infección incluyen fiebre, erupción cutánea, enrojecimiento, hinchazón, pus o drenaje. Estos signos y síntomas son los mismos para las infecciones distinto de MRSA. Busque atención médica para cualquier infección.

Visite el sitio web de los CDC para más información:

<https://www.cdc.gov/mrsa/index.html>

Conéctese con Los Recursos de la Comunidad

¿Está buscando los recursos comunitarios en su área? Varios recursos disponibles en línea para ayudarle con su búsqueda.



Las personas de guía de información.

<http://azcaa.org/publications/peoples-info-guide/>

La guía es un listado de carácter estatal de servicios y programas gratuitos y de bajo costo. La Asociación de La Acción Comunitaria de Arizona ofrece esta guía de recursos en inglés y español.

Buscar ayuda Phoenix

<http://findhelpphx.org>

Este sitio proporciona información sobre servicios gratuitos y de bajo costo en todo el Condado de Maricopa. Puede buscar por tema, como "dental" o "legal", así como por el código postal. El sitio está disponible en inglés y español.

¡Explore el sitio de web de DES!



las divisiones están incluidos en el web. El sitio web está disponible en inglés y español. Incluye también enlaces a Facebook, Twitter y YouTube.

¿Desea encontrar información en un boletín anterior? ¿Desea leer la política? ¿Usted está buscando un proveedor de HCBS? ¿Recibe apoyo de DDD, pero también quiere aprender más sobre DES?

Dedique tiempo a explorar el sitio de web de DES. Comience en <https://des.az.gov/> Desde la página de inicio, puede ver reportajes o seleccionar de un menú de opciones. Todas



¿Sabía usted que el Departamento de Seguridad Económica de Arizona está en Facebook?

La página incluye vídeos, fotos de eventos, lo más destacado de los servicios, y mucho más! Echa un vistazo a la página en <https://www.facebook.com/OfficialArizonaDES>.

Programa y Empleador con Igualdad de Oportunidades • Bajo los Títulos VI y VII de la Ley de los Derechos Civiles de 1964 (Títulos VI y VII) y la Ley de Estadounidenses con Discapacidades de 1990 (ADA por sus siglas en inglés), Sección 504 de la Ley de Rehabilitación de 1973, Ley contra la Discriminación por Edad de 1975 y el Título II de la Ley contra la Discriminación por Información Genética (GINA por sus siglas en inglés) de 2008; el Departamento prohíbe la discriminación en la admisión, programas, servicios, actividades o empleo basado en raza, color, religión, sexo, origen, edad, discapacidad, genética y represalias. El Departamento tiene que hacer las adaptaciones razonables para permitir que una persona con una discapacidad participe en un programa, servicio o actividad. Esto significa por ejemplo que, si es necesario, el Departamento tiene que proporcionar intérpretes de lenguaje de señas para personas sordas, un establecimiento con acceso para sillas de ruedas o material con letras grandes. También significa que el Departamento tomará cualquier otra medida razonable que le permita a usted entender y participar en un programa o en una actividad, incluso efectuar cambios razonables en la actividad. Si usted cree que su discapacidad le impedirá entender o participar en un programa o actividad, por favor infórmenos lo antes posible de lo que usted necesita para acomodar su discapacidad. Para obtener este documento en otro formato u obtener información adicional sobre esta política, comuníquese con el coordinador de la ADA de la División de Discapacidades del Desarrollo al 602-542- 0419; Servicios de TTY/TDD: 7-1- 1. • Ayuda gratuita con traducciones/interpretaciones relacionadas a los servicios del DES está disponible a solicitud del cliente.

- Available in English online and at the local office.